XIN LƯU Ý:
ĐÂY CHỈ LÀ BẢN CHÉP NHÁP
CHƯA ĐƯỢC SƯ GIÁC NGUYÊN HIỆU ĐÍNH.
QUÝ PHẬT TỬ TẠM THỜI CÓ THỂ DÙNG LÀM
TÀI LIỆU NGHIÊN CỨU CHO RIÊNG MÌNH.
XIN TRÁNH IN ẤN PHỔ BIẾN.

Hạnh Phúc và Đau Khổ
<blockquote>Kalama tri ân bạn hongha7711 ghi chép.</blockquote>
[09/06/2020 - 08:43 - hongha7711]
Chiều nay mình sẽ học một cái đề tài nó kì, nó kì là tại sao, vì nó quá quen thuộc mà tôi lại làm lớn chuyện nên nó kì ở chỗ đó. Đó là chữ Hạnh Phúc và Đau khổ. Chiều nay tôi sẽ cùng các vị bàn sâu về vấn đề này ở góc độ của một hành giả. Tôi không dám nhận tôi là một hành giả nhưng chiều nay bài giảng này được trình bày theo cách của một hành giả nói chuyện với hành giả.
Hạnh phúc và Đau khổ. Tôi nói rất là nhiều lần cái Hạnh phúc mà được định nghĩa theo thế gian đó là có được cái mình thích. Đau khổ là sự chịu đựng, gồng mình, đối đầu, chấp nhận cái mà mình ghét. Nhưng trong tinh thần Phật pháp đặc biệt là giáo lý A Tỳ Đàm, pháp môn Tuệ Quán thì cái Hạnh phúc và Đau khổ phải được định nghĩa khác đi. Các vị có còn nhớ nhiều lần tôi nói trên đời này có đủ thứ hạnh phúc hết nhưng mà tất cả hạnh phúc trên đời này nó đều đến từ hai nguồn. Đó là có hoặc không có cái gì đó. Có đúng vậy không? Đừng có nhắm mắt tin ông Sư, mình về mình nhắm mắt mình nghĩ xem có đúng như vậy không. Tất cả hạnh phúc trên đời này nó đến từ hai nguồn, một là nhờ mình có cái gì đó, hai là nhờ mình không có cái gì đó. Và từ đó Đau khổ nó cũng có hai nguồn y chang vậy, đau khổ nó đến do mình có cái gì đó và không có cái gì đó. Đó là nói tổng quát. Bây giờ nói chi tiết. Cái hạnh phúc trong Phật pháp nó có hai nguồn. Một, cái gì làm cho mình vừa ý thì nó là hạnh phúc và cái gì nó không làm cho mình lo thì cái đó là hạnh phúc. Ngày chưa có biết Đạo, mình chỉ theo đuổi cái mình thích thôi, trốn khổ tìm vui bất kể thiện ác. Quý vị có biết "bất kể thiện ác" không. Tôi nghi lắm là bà con không có hiểu. Khi tôi không giải thích quý vị sẽ len lén nghĩ trong bụng "trong đó đâu có tôi, tôi đâu có gian ác như Sư nói vậy, tôi đâu phải là cái người bất kể thiện ác". Lý do là quý vị hiểu chữ Thiện Ác rất là cạn. Quý vị tưởng ác là phải lừa lọc, cướp giật, phải là đâm chém, máu lệ, gieo cái máu lệ cho người khác, đợi đến đó thì còn gì nữa, cảnh sát còng mình rồi. Ác đến mức mà Pháp luật sờ gáy là tôi cạn lời rồi.
[09/06/2020 - 02:06 - hongha7711]
Cái ác ở đây nói theo trong Kinh là tham, sân, si, chính là phiền não đó. Chứ cái ác mà đợi đến Pháp luật, đợi đến xã hội lên tiếng thì quá ác rồi. Cho nên chuyện đầu tiên khi mình chưa biết Đạo, mình trốn khổ tìm vui bất chấp thiện ác là sao? Mình đi làm đâu có ác đâu, pháp luật tạo điều kiện cho mình làm ăn lương thiện mà, pháp luật tạo điều kiện cho mình đi học, làm lụng, kiếm tiền và dư luận xã hội cũng bảo vệ mình, đâu có tội đâu. Rồi mình có thu nhập cao mình sống sung sướng, hưởng thụ tiện nghi, đâu có tội gì đâu đúng không? Nhưng mà trong tinh thần Phật pháp thì khác. Chỉ cần anh không biết cái thích của anh nó là phiền não, đó là ác. Chỉ cần anh không có nhớ rằng khi chết anh phải bỏ lại mọi thứ mà anh có, đó là ác. Chỉ cần anh không nhớ hoặc không biết rằng thân và tâm của anh, cái hồn cái xác của anh nó biến đổi trong từng giờ, tai nạn và cái chết có thể xảy đến với anh bất cứ lúc nào, chỉ cần anh quên thôi, anh quên lúc nào thì lúc đó là anh sống ác.

Cái đó trong Kinh định nghĩa chứ không phải là tôi. Trong Kinh nói sống thất niệm, không có Niệm, không có Tuệ được gọi là ác. Không tàm, không quý là ác. Chứ không có đợi đến xã hội, dư luận, thiên hạ hay đến sự can thiệp của pháp luật thì đó là quá ác rồi. Chỉ cần anh không nhớ là phần hồn và phần xác của anh nó đang biến đổi trong từng phút, anh đang trở thành một cái mới trong từng phút, anh đang từng bước tiến về quan tài, anh không hề biết rằng trong từng phút anh đang dọn chỗ để về những cảnh giới thấp kém. Chỉ cần anh quên cái đó là anh đang ác. Rồi các vị cũng chưa đồng ý nữa "Sư nói vậy, tôi hiểu gượng quá, ác chỗ nào?". Trong kinh Tăng Chi nói rất rõ Ngài dạy rằng: "Ở chỗ nào mà mình đi, đứng, nằm, ngồi mà bằng tham, sân, si thì chỗ đó là cõi đọa. Sống mà bằng khao khát, hưởng thụ, thèm khát, hướng tới những cái chưa được đó là đang sống bằng tâm trạng của ngạ quỷ. Sống bằng bực dọc, bất mãn tùm lum là đang sống bằng tâm trạng của Atula. Sống bằng tâm trạng mê mờ, không phân biệt thiện ác, phải quấy, nhân nghĩa thì đó là sống bằng tâm trạng của súc sinh. Sống bằng lòng từ bi, thương yêu mọi loài thì đó là sống bằng tâm hồn của Phạm thiên. Sống bằng trí tuệ, nhận thức bản chất của đời sống thì đó là sống bằng tâm trạng của Thánh nhân". Ngài nói rằng chỗ nào mình sống bằng phiền não thì chỗ đó là chuồng bò, chuồng heo. Chỗ nào mình sống bằng từ, bi, hỷ, xả thì chỗ đó là Phạm Cung của Phạm Thiên. Chỗ nào mình sống bằng trí tuệ Niệm Xứ chỗ đó là Thánh xứ, là chỗ trú cuả Thánh nhân. Cho nên bây giờ bà con đang sống bằng tham lam, bất mãn, tỵ hiềm, ghen tị, nhỏ mọn, mấy cái đó trong bụng mình đâu ai biết nhưng mà mình không ngờ được rằng cái kiểu tâm lý đó nó đang dọn đường cho mình mai này mình trở thành cái loài ăn thịt sống. Làm loài ăn thịt sống có phải ác không? Trong kinh Hiền Ngu của Trung Bộ, Đức Phật ngài dạy rằng "Này các tỳ kheo, một khi đã sa đọa vào bốn đường khổ, bốn đường đọa rồi thì cơ hội quay lại các cõi nhân thiên rất khó. Và Ngài giải thích tại sao mang thân người là khó là bởi vì khuynh hướng tâm lý chúng sanh rất là thích sống bất thiện. Khuynh hướng sống bất thiện nhiều thì có nghĩa là người bất thiện nhiều. Người bất thiện nhiều thì mình tìm một người bạn lành rất là khó, tìm một người khích lệ mình sống lành hiếm hơn một người xúi mình sống bậy. Xúi ở đây có hai cách là xúi bằng lời hay bằng gương mẫu. Cái cô này cổ không bao giờ xúi tôi hưởng thụ hết nhưng mà tôi lại nhà cổ, cổ mời tôi ăn cái này cái nó, karaoke, lâu ngày tôi thấy hay, tôi về tôi nói bà xã tôi làm y chang vậy. Từ đó giờ tôi không chưng bông, nhưng tôi lại nhà cổ tôi thấy cổ trưng bày, nuôi chó Nhật, nuôi cá cảnh, cổ bày tùm lum tôi khoái quá lâu ngày tôi bày y chang vậy. Cho nên xúi ở đây nó có hai cách, là xúi bằng miệng và xúi bằng hành động, gương mẫu. Cho nên khi mình sống bằng tâm bất thiện thì cơ hội bị đọa rất là lớn, bị đọa rồi thì cơ hội quay trở lên rất là nhỏ. Mà trong kinh Hiền Ngu Ngài nói rằng lọt vô đó rồi thì chỉ có lớn hiếp nhỏ, mạnh hiếp yếu, khi vào trong đó chỉ có biết đói ăn, khát uống, chỉ biết đực cái, trống mái tìm nhau và chỉ còn lại khả năng phản vệ thôi. Phản vệ là phản ứng và tự vệ. Con người thì biết cái gì xấu, cái gì tốt, cái gì nên, không nên, chứ còn cảnh giới súc sinh nó chỉ còn bốn cái đó thôi: ăn, ngủ, giao phối và tự vệ. Tự vệ có hai cái một là nó mạnh nó tấn công hai là nó yếu nó bỏ chạy, bỏ trốn. Mà mình không có ngờ là mỗi ngày mình sống nhiều với bất thiện. Hôm nay quý vị đứng trước mặt tôi ngoan hiền, duyên dáng, thùy mị như vậy nhưng khi quý vị sống nhiều với tâm bất thiện, ai tâm sân nhiều, tâm tham nhiều tôi đâu có biết, cho nên khả năng quý vị làm cọp beo rất lớn. Bây giờ gặp thì chào hỏi "Chừng nào Sư đi?", chứ tháng sau là beo qua bên Châu Phi là quý vị cắn tôi liền, đâu có nhớ con người này một hai năm trước mình gặp mình chào. Các vị con rắn nó tấn công mình bằng cái gì không? Nó dò tìm bằng hơi nóng. Có những loài như cá mập cả cây số nó vẫn nghe mùi máu. Cho nên nếu làm rắn thì quý vị chị biết dò tìm tôi qua thân nhiệt. Còn nếu làm loài ăn thịt sống quý vị chỉ nghe mùi máu thôi. Mà nhiều người họ không biết tại sao cọp, beo, sư tử nó hay tấn công ở cổ, vì chỗ này nhiều máu nhất, là chỗ kích thích khẩu vị nó nhất.

Định nghĩa về hạnh phúc và đau khổ bên đạo Phật nó độc đáo lắm. Cái hạnh phúc mà mình chưa biết Đạo là mình có được cái mình thích. Nhưng mà trong Đạo Phật dạy là mình thích cái gì đó là do ba cái tiền nghiệp, khuynh hướng tâm lý và môi trường sống. Ngày chưa biết Đạo mình chỉ muốn theo đuổi cái mình thích thôi nhưng mình xui ở chỗ là mình không biết cái mình thích là ba cái đó tạo ra. Cho nên cái hạnh phúc ở nghĩa đầu tiên là được cái mình thích (bản thân cái thích này có vấn đề, cái thích này do ba duyên tạo ra). Cái hạnh phúc thứ hai là không còn thích nữa. Tại sao không còn thích là hạnh phúc? Bởi hễ còn thích là còn ghét. Hễ còn có cái thích là còn khổ. Thích

ấm êm thì kỵ lại cái ngược với ấm êm. Những người ăn mặn họ ăn cái gì nhạt họ chịu không được. Có người dễ ăn họ ăn cái gì cũng được vì họ không có chú ý đến chuyện mặn lạt. Có người ăn chè phải ngọt, lạt quá họ khó chịu. Có người họ nghiện ớt, đi đâu cũng phải đem ớt theo. Cho nên cái thích nó gắn liền với cái ghét. Mà cái ghét nó chính là cái nguồn khổ đúng không? Cho nên cứ nhớ một điều là còn thích là còn khổ. Và chính vì mình hiểu hạnh phúc nó đến từ hai nguồn, một là có được cái mình thích, hai là tránh được cái mình ghét nhưng mà theo cái rốt ráo của Đạo Phật ngày nào không còn thích ghét nữa thì cái đó mới gọi là chân hạnh phúc. Đó là cái hạnh phúc thứ hai. Còn cái hạnh phúc thứ nhất mà phàm phu không biết Đạo đam mê là có được cái mình thích và tránh được cái mình ghét. Nhưng đến Phật pháp thứ thiệt thì không còn thích, không còn ghét mới là hạnh phúc thứ thiệt. Có nghĩa là nó ăn cái gì cũng được. Ăn cái gì cũng ngon nó khác với gặp cái gì ngon cũng ăn nhưng nó còn dễ thương hơn cái hạng gặp cái gì ngon mới ăn còn khổ nữa. Cho nên chữ sướng và khổ trong Đạo Phật nó sâu lắm, và có phanh phui như vậy bà con khi hành thiền mới thấy nó lớn chuyện, lúc đó mới nhớ tôi. Trong kinh nghiệm Tuệ Quán, bà con phải lấy máu mà xăm cái này: khi anh xếp chân ngồi thiền mà anh có ý theo đuổi cái thích mà trốn chạy cái ghét thì anh ngồi không có lâu. Khi ngồi đau quá mà mong cái đau nó mất đi là chết, càng mong nó mất nó ở lì đó, chỉ có theo dõi nó thôi, không mong cái gì đi không đợi cái gì đến. Nhớ cái này. Sống chết phải nhớ câu này. Khi xếp chân ngồi thiền không mong cái gì đi, không đợi cái gì đến thì anh mới ngồi lâu được, chỉ nhìn thôi. Thiện cũng để nhìn, ác cũng để nhìn, đau đớn cũng nhìn, vui vẻ, mát mẻ, thoải mái cái lưng cũng chỉ để nhìn. Biết rằng tôi đang thoải mái, xong. Biết rằng sự thoải mái đang có mặt, biết rằng sự đau đớn đang có mặt, biết rằng sự tê mỏi đang có mặt, đủ rồi. Không có can thiệp, không có tống khứ, trốn chạy, trông đợi, nghênh đón bất cứ một cái gì hết. Đó là Kinh nghiệm Tuệ quán, kinh nghiệm bằng vàng 24. Ngồi mà trông đợi là chết, không có trông đợi, vì mình biết rõ cái bản chất của hạnh phúc và đau khổ là như tôi vừa trình bày, nó đến từ hai nguồn có hoặc không có cái gì đó. Hoặc phân tích cách khác có được cái mình thích và tránh được cái mình ghét thì được gọi là hạnh phúc. Trong khi người chưa biết Đạo họ đi kiếm cái họ thích, họ đi kiếm cái hạnh phúc nhưng khi mình biết Đạo rồi mình hiểu thích và ghét nó là một cặp song sinh không thể tách rời. Thích ở đâu thì ghét ở đó, mà ghét ở đâu thì khổ ở đó. Có đúng không? Các vị phải đồng ý với tôi một chuyện, muốn có được cái mình thích đâu phải dễ đúng không? Và muốn tránh được cái mình ghét đâu phải dễ đúng không? Cho nên bớt thích bớt ghét thì mới bớt khổ. Đạo Phật là đạo thoát khổ là chỗ này nè. Vì khi anh tu Tứ Niệm Xứ là anh đương nhiên, tự nhiên bớt thích và bớt ghét. Ngay cái chuyện bớt thích, bớt ghét là anh được hạnh phúc rồi, chưa nói tới cái chuyện anh đắc cái gì, cái đó tôi không cần biết, không thèm biết. Tôi chỉ biết khi anh sống chánh niệm anh bớt thích anh bớt ghét, mà bớt thích bớt ghét là tự nhiên nó hạnh phúc thôi. Bởi vì nó rất dễ hiểu. Những người nghe tôi giảng nói "sao có một cái nói hoài?". Nói vậy cho nhớ. Có hai trường hợp, nước đổ đầu vịt là vịt không thấm mà muốn đầu vịt thấm là phải đổ nước sôi. Nước đổ lá môn mà muốn cho lá môn thấm thì phải làm cho nó dập. Cho nên khi tôi giảng mà nặng lời tức là tôi đang làm cho lá môn nó dập, đang chế đầu vịt bằng nước sôi, chứ còn vuốt vuốt không là nó không có vô.

[10/06/2020 - 02:13 - hongha7711]

Các vị đừng có bàn cao siêu là "tôi khổ do tôi còn là phàm phu, tôi là thánh tôi mới an lạc", nói cái đó nó xa vời lắm! Mà mình phải nhớ rằng: sống chánh niệm thì chuyện trước mắt là anh không có thích nữa, mà anh không thích nữa thì anh không còn cái ghét, khi anh không có cái ghét thì anh không có đau khổ. Đó là chuyện rất đơn giản. Mà theo tinh thần nhà Phật thì hạnh phúc có bao nhiêu đi nữa nó cũng không có bền. Có nhiều lý do để mà Đức Phật dạy mình buông bỏ cái sự chấp thủ. Hạnh phúc vốn dĩ nó không bền mà bản thân cái sự không bền đó đã là một thứ đau khổ. Đi kiếm tìm cái mình thích đó là một cái đau khổ, gìn giữ cái mình kiếm được đó là cái đau khổ và khi không giữ được cái mình thích nó lại càng đau khổ. Chưa hết, cái phản ứng tâm lý của chúng sanh là nó theo một cái vòng tròn khép kín. Khi có cái thích thì có cái ghét, mà khi gặp cái ghét thì mới nghĩ đến cái mình thích và mình đi tìm nó, tìm không được là khổ, tìm được rồi phải giữ cũng khổ, giữ không được là khổ, rồi khi khổ mình quay lại đi kiếm cái mình thích. Cứ lòng vong, lòng vòng như vậy. Nói Tứ Đế là bốn sự thật huyền diệu nhưng trong đời sống mình chỉ sống có hai đế thôi đó

là Khổ Đế và Tập Đế. Tập Đế là mình thích tùm lum, còn Khổ Đế là tất cả những gì có mặt trong cuộc đời này đều là khổ. Chính vì mọi thứ có mặt trên cuộc đời này là khổ nên mình thích cái gì cũng là thích trong khổ. Cho nên để định nghĩa một cách rốt ráo: Mọi thứ ở đời đều là Khổ Đế và Tập Đế chính là niềm đam mê trong Khổ Đế. Hết đam mê trong Khổ Đế thì đó là Diệt Đế. Và sống được bằng ba cái nhận thức đó chính là Đạo Đế. Đời sống thường nhật mình chỉ cần nhớ hai Đế thôi: thích ở đâu thì đó là Tập, ngoài cái thích ra tất cả đều là Khổ hết. Cho nên chiều nay tôi bàn rất là sâu về hai chữ Hạnh phúc và Đau khổ. Tôi quay trở lại. Hạnh phúc có nhiều nguồn, có được cái mình thích là hạnh phúc và cái hạnh phúc thứ hai là không còn thích nữa, cái này mới là chân hạnh phúc. Nhớ cho kĩ nha, cái hạnh phúc thứ nhất là có được cái mình thích, cái thứ hạnh phúc này người không biết Đạo họ hiểu nhưng cái hạnh phúc thứ hai người không biết Đạo họ không hiểu được. Tôi nhắc lại, cái hạnh phúc thứ nhất là hạnh phúc tầm thường, thấp kém, đó là có được cái mình thích, nhưng cái hạnh phúc thứ hai là không còn cái thích nữa, vì không còn cái thích nên không còn cái ghét. Và đau khổ cũng có hai, đau khổ là vì mình gặp cái mình không thích, đau khổ thứ hai là còn sống trong cái thích và không thích. Nó y như bên cái hạnh phúc vậy.
Hạnh phúc có hai, một là có cái mình thích, đó là hạnh phúc giả, còn hạnh phúc thật là không còn hạnh phúc nữa. Đau khổ có hai, một là gặp cái mình ghét, thứ hai là còn cái ghét là còn đau khổ. Vậy mục đích tu hành là gì? Ngày chưa biết Đạo thì ta trốn khổ tìm vui, biết Đạo rồi thì ta làm lành lánh dữ, đến lúc Hành Đạo và Liễu Đạo thì cái buồn vui, thiện ác là cái chỉ để mình nhìn và nhìn để rồi chán, nhờ chán mà mình mới buông nó được. Trong Kinh có một cái ví dụ nghe rất là nặng nhưng mà đó là sự thật nên mình phải ráng. Phật dạy trong Tương Ưng, phẩm Năm Uẩn, Ngài nói như con chó mà bị cột ở chỗ nào đó, nó có cắn, có sủa, có cào, có hét, có la thì nó cũng quẩn quanh cây cột đó. Người không biết Phật pháp, họ có làm gì, họ có suy tư, hành động, nói năng, thức, ngủ, ăn, uống gì đi nữa thì họ cũng quẩn quanh cái ngã chấp. Đây là mắt của tôi, tai của tôi, lưỡi của tôi...Cái đó nặng lắm quý vị, mình mới biết Đạo nghe qua thấy nó xa lạ với mình "Tôi thấy tôi đâu có chấp gì", nhưng mà thực ra có. Tất cả mọi người phàm phu đều có cái chấp. Hồi xưa mình thấy mình có nhan sắc, mình có tiền bạc, có uy tín, mình có tình cảm, có tuổi trẻ, có sức khỏe. Và mình thấy cái đó là một phần của mình, mình hãnh diện với cái đó, mình thấy an lòng với cái đó, hạnh phúc với nó. Đến khi mình biết Đạo rồi mình thấy tuổi trẻ, nhan sắc, tiền bạc chỉ là phù du, mình chỉ coi trọng những giá trị tâm linh nhưng lúc đó mình lại rơi vào một cái chấp khác đó là cái giới hạnh của tôi hơn người khác "Nguyên đám ở đây không có ai thọ Bát Quan nhiều hơn tôi", "Nguyên đám ở đây không có ai ăn chay như tôi", "Nguyên đám ở đây không có ai tụng Pháp Hoa nhiều hơn tôi", "Nguyên đám ở đây không có ai trì chú nhiều hơn tôi", "Sáng nào trước khi đi làm vợ chồng tôi cũng lạy đủ 108 lạy hết", "Chủ nhật nào tụi tôi cũng đọc đủ Ngủ Bách Hồng Danh hết trơn", "Mấy người khác là ăn chay theo rằm, ba mươi, còn tụi tôi là trường chay", "Mấy người khác là rằm mua chao về nấu vịt, còn tụi tôi không ăn vịt chỉ ăn chao"... ví dụ vậy. Coi như mình chấp đủ thứ hết. Đó là bên Bắc truyền. Còn bên Nam truyền "Tôi có hành Tứ Niệm Xứ, người ta không hành Tứ Niệm Xứ", "Cái giới của tôi, cái định của tôi, cái tuệ của tôi nó hơn người ta", tuy không nói ra nhưng mà mình ngầm so sánh, mình phải can đảm thừa nhận điều đó có thiệt. Hễ ngày nào mình còn thấy mình là hay thì ngày đó mình còn đang dở ẹc. Bởi vì theo như trong Kinh, trên đời này có một thứ duy nhất đáng để mình khoe đó là cái tánh không khoe. Sự vĩ đại nhất của một con người tu hành đó chính là cái cảnh giới không còn so sánh nữa. Cho nên khi anh còn so sánh tức là anh chưa đi tới đâu hết. Mà khi anh đi đến đỉnh rồi anh không còn muốn so sánh nữa. Vì sao? Vì một chuyện rất là đơn giản, người ta hiểu hạnh phúc là gì, đau khổ là gì, cái phàm là gì, thánh là gì. Khi mà hiểu là như thế nào rồi thì mình thấy không có cái gì để hãnh diện hết. Tôi nói rõ ra cho quý vị thấy tại sao tôi nói như vậy. Các vị hành thiền, các vị nghe pháp, cái vị giữ giới, nó chỉ có nghĩa là mình đang uống thuốc chữa bệnh thôi. Nếu mà Ba-la-mật tròn đủ các vị đắc A-la-hán thì coi như các vị hết bệnh. Hôm qua tôi bị tiêu chảy, "đi" từ sáng đến tối, đi hỏng nổi, chỉ có bò thôi, tối uống đúng thuốc nó không tiêu chảy nữa. Sáng hôm sau các vị chỉ có mừng chứ các vị có hãnh diện không? Tôi bị tiêu chảy tôi biết. Tôi hết bệnh tôi chỉ có mừng chứ tôi chưa từng soi gương thấy mình hay, nó không chết là mừng lắm rồi. Thì một người hiểu Đạo thấy rằng tất cả mọi công đức quý vị làm, tất cả mọi thành tựu Đạo nghiệp chỉ là uống thuốc thôi. Và nó thật sự là như vậy chứ

không phải là vì tôi dùng phương tiện tôi giải thích, tôi ví dụ, không phải, mà thật sự nó là như vậy. Các vị có tu bằng trời đi nữa cũng chỉ là uống thuốc thôi. Và vị A-la-hán là người hết bệnh, thì các vị tưởng tượng mình đắc A-la-hán như người hết tiêu chảy vậy. Trong khi mình lại khác, mình mà được ba mớ mình lại thấy mình hay. Cho nên Ngài mới dạy: một con chó mà nó bị cột vô chỗ nào, nó có cào, cắn, sủa, vùng vẫy thì nó cũng quẩn quanh cây cột thôi. Kẻ phàm phu khi mà chưa thấy được tính vô ngã, vô thường ở trong danh sắc thì họ ở cảnh giới nào họ cũng chấp chặt vào trong đó. Ngày xưa họ chấp chặt vào cái rẻ tiền. Ví dụ như trong kinh Ngài dùng hình ảnh rất là nặng như con dòi trong đống phân, nó thấy đống này to hơn đống kia, cái đống nó đang lặn hụp bự hơn cái đống kia.
[10/06/2020 - 05:04 - hongha7711]
Phàm phu là mình thấy cái nhà mình bự hơn nhà người ta. Con mình là bốn ông bác sĩ, hai ông kỹ sư, ngon hơn con bà kia, con bà kia nhiều lắm chỉ làm chủ tiệm nail. Nhưng mà thực ra mình quên một chuyện rất là cụ thể đó là cái chuyện đỗ đạt là con mình đỗ đạt chứ đâu phải mình, rồi chiều nay mình tắt thở thì cái chuyện bốn ông bác sĩ, ba ông kỹ sư đâu có mắc mớ mình nữa, tối nay mình xuống cống mình nằm rồi, ngày mai coi chừng con mình nó lái xe nó cán mình nữa vì nó thấy mình ngoài đường nó đâu có biết đâu. Chính vì không biết cái đó, tưởng cái mình có là hay, mình quên rằng mình có thể mất bất cứ lúc nào. Và còn một chuyện này động trời nữa:
"Có cô Phật tử đó má cổ chết: Từ nhỏ đến lớn con sợ chết lắm, con nhát lắm, con chưa bao giờ có ý tự tử hết. Nhưng mà Sư biết không khi má con mất rồi con mới biết con thương má cỡ nào. Sư có biết con nghĩ là bây giờ con chết cũng được miễn sao con gặp lại má hoặc là con đừng có nhớ má nữa. Chứ giờ con điên lên rồi", cổ gọi phone cho tôi.
Tôi nói: Tôi cũng bị mất mẹ như cô vậy đó. Cô đừng nói cô thương má cô hơn tôi thương mẹ tôi. Khó ai nói. Nhưng mà tôi hỏi cô, cái gì cô biết cô trả lời nha. Cô có tin rằng trước cái kiếp này cô đã từng sống nhiều kiếp sống quá khứ không?
- Dạ, đi chùa con có nghe cái đó
- Cô tin không?
- Dạ tin!
- Cô có tin là kiếp này cô chết cô còn đi nhiều kiếp nữa không?
- Dạ tin!
- Cô có tin là kiếp quá khứ cô có vô số người mẹ không?
- Dạ tin!
- Cô có tin là sau kiếp này cô gặp vô số người mẹ không?
- Con tin!
- Năm nay cô nhiêu tuổi rồi?
- Dạ con 46 tuổi.
- Cách đây 47 năm cô có bà mẹ khác không?
- Dạ có thể!
- Vậy chứ bà mẹ cách đây 47 năm cô bỏ đâu rồi? Cô chỉ biết bà mẹ của bây giờ thôi. Năm nay cô 46, nếu cô sống thêm 30 năm nữa, 76 tuổi cô chết thì cô sẽ có bà mẹ khác. Bây giờ cô không màng bà mẹ của 30 năm nữa và bà mẹ của 47 năm trước mà cô chỉ màng đến bà mẹ mà đã sống cạnh cô 46 năm nay thôi. Cô nghĩ coi có kì không?" - "Con biết, con biết, Sư nói con hiểu nhưng bà mẹ của con hy sinh cho con nhiều lắm..." - "Tôi biết, nhưng bà mẹ nào cũng hy sinh cho con hết mà cô chỉ nhớ bà mẹ bây giờ. Cô có biết rằng trong quá khứ có vô số những buổi chiều mưa, có một người đàn bà lưng còng, một bờ vai nhỏ, đội mưa đứng chờ cô trên một bến sông mỗi lần cô lấy chồng xa cô về, cô có biết không? Bả nấu những bữa cơm chiều cho cô ăn, tối cô ngủ bả lén lén bả vén mùng đuổi muỗi, bả nằm ké kế bên không dám đụng sợ cô giật mình, bả nằm ngoài nên muỗi cắn, rồi hôm sau bả bán chiếc nhẫn cưới của bả để chuẩn bị thức ăn cho cô ăn để làm dâu xa xứ. Cô có biết ở những kiếp quá khứ cô gặp một tỷ bà mẹ như vậy không. Cô đâu có nhớ, cô chỉ nhớ bà mẹ kiếp này không à. Có công bằng lắm không? Cô từng có mẹ, cô biết là mẹ thương mình cỡ nào, mà có vô số bà mẹ trong quá khứ và sẽ có vô số bà mẹ như vậy trong kiếp sau, mà mình chỉ tập trung mình khổ cho bà mẹ hiện tại."

TOAKHANH.COM

Nói như vậy, không hề có nghĩa tôi kêu các vị phủ nhận bà mẹ hiện tại, nhưng mà phải luôn luôn nhớ rằng có hiếu với bà mẹ hiện tại bao nhiêu thì cũng phải nhớ rằng bà không phải là duy nhất. Do đó, đó chính là lý do chúng ta phải thương tất cả chúng sinh. Đức Phật dạy rằng "Này các Tỳ kheo, thật khó để tìm ra được một người chưa từng làm mẹ ruột của mình". Với Phật nhãn Ngài thấy khắp nơi, Ngài nói thật khó để tìm ra một người chưa từng làm mẹ ruột của mình, chưa từng là cha ruột, chưa từng là một người vợ hiền, người chồng tốt, chưa từng là một người anh tốt, người em tốt. Ngài nói rất khó tìm được một người như vậy. Người đàn bà mà mình ghét nhất trong cuộc đời mình chắc chắn trong một kiếp nào đó, đã từng là một người vợ hiền, một người mẹ hiền của mình mà mình không biết.
[11/06/2020 - 12:35 - hongha7711]
Trong kinh kể thời Đức Phật có vị tỳ kheo đó đến nhập hạ ở một ngôi làng xa. Ban đêm khi ngồi thiền, đi bát mà, người ta cho cái gì ăn cái nấy, lâu quá ổng cũng thiếu chất, đi bát thì có món ngon vật lạ mà vật lạ nhiều hơn món ngon. Tối tự nhiên đang ngồi ổng thèm đậu bắp luộc chấm xì dầu pha với ớt hiểm. Tự nhiên ổng nghĩ vậy thôi, không biết có phóng tâm không, ổng tập trung vô, ổng không nghĩ chuyện khác, ổng hành thiền. Sáng hôm sau ổng đi bát ổng được nguyên một dĩa đậu bắp có xì dầu có ớt đàng hoàng. Ổng nghĩ đây là ngẫu nhiên. Hai, ba ngày sau ổng tinh tấn thiền định ban đêm vậy nữa, thì ổng lại thèm bánh xèo. Sáng hôm sau ổng gặp hai cái bánh xèo dòn rụm mà cái bà để bát bả canh ổng tới để bả đổ cho nó giòn. Trong kinh kể cái món khác mà tôi phải lựa cái món nào kể cho dễ hiểu, chứ Ấn Độ có cà ri không à. Một buổi nữa ổng lại thèm ăn ổi xá lị chấm muối ớt, xoài sống mắm đường. Thèm cái gì thì đi bát gặp y chốc món đó. Bây giờ ổng không còn tin đây là ngẫu nhiên nữa, bắt đầu ổng sợ "Chết rồi, cái này là tối mình nhớ cô ba, cô tám là bả biết hết". Bây giờ nó không còn khoái mà nó chuyển qua nó quê. Các vị có biết là tôi đang cầu nguyện từng ngày cái đám ở đây đừng ai biết trong bụng tôi đang nghĩ gì các vị có biết không? Cái đám này mà biết tôi đang nghĩ gì là tôi trốn lớp học này luôn. Mà may mắn họ không biết cho nên tôi tiếp tục trườn cái mặt ra đây. Thì ổng khó chịu quá đi, cuối cùng ổng thấy không xong rồi, từ nhột nó qua nhục. Cái người duy nhất để ổng chạy về gõ cửa đó là Đức Phật. Đức Phật ngài hỏi "Con tu có an lạc không?" - "Dạ, quá sức an lạc, over luôn. Tức là người ta tu chỉ mong được hộ trì còn con được hộ trì over luôn, có nghĩa là con muốn cái gì con có cái đó. Bây giờ con nhục quá không có tu được nữa. Con phải đi kiếm chỗ khác. Cái bà này đường tơ, kẽ tóc nào trong bụng con bả cũng biết, bả đi guốc trong đó làm sao con tu". Đức Phật ngài nói "Không. Đây chính là cơ hội. Đây chính là cơ hội bằng vàng. Con phải quay trở lại đó". Thì lần này ổng không còn dám món này món kia nữa, xếp chân vô là chỉ thở ra, thở vào, thở ra, thở vào, không dám nhúc nhích. Khi mà ổng rốt ráo như vậy thì ổng đắc thần thông. Ổng đắc thần thông ổng mới quán coi cái bà này là gì mà tốt dữ vậy, thì ổng thấy bả cách đây hai kiếp bả là một người mẹ hiền, một người mẹ hy sinh mạng sống cho ổng, nhường cho ổng từng chén cơm, từng ngụm nước. Ổng xúc động "Đúng rồi, mẹ hiền gặp vậy là lo đúng rồi". Thì ổng tiếp tục ổng quán thêm thấy bả là người vợ hiền của ổng. Đọc câu chuyện này quý vị mới thấy cái người đàn bà nào mình thương rất có thể là mẹ, là vợ, là em gái của mình mà theo vòng luân hồi mình không có nhớ. Chứ mình biết cái người đàn bà mình đang yêu, kiếp trước mình bú mớm là mình cũng oải phải không? Tại vòng luân hồi, cái nghiệp ái mà. Thì ổng quán thấy bà là vợ hiền, "Đúng rồi, vợ hiền là phải tốt với mình chứ". Ổng mới quán thêm một kiếp nữa, bả là bà mẹ theo chồng mới bỏ con. Quán thêm một kiếp nữa thấy bả là người đàn bà (tán) chồng nên ổng mới bực. Khi ổng bực như vậy, bả ngồi ở nhà bả mới dùng thần thông bả nói "Quán tiếp nữa đi!". Ổng mới quán tiếp ổng lại thấy bả quay trở lại làm mẹ hiền, vợ hiền nữa. Lúc đó ở nhà bả mới nói "Ngài thấy chưa, luân hồi nó là vậy đó! Thấy ba mớ thì khổ ba mớ, sướng ba mớ, thấy kĩ rồi không còn gì hết". Ổng đắc A-la-hán. Bả đắc Tam Hỏa Ngũ Thông, ổng đắc là La Hán Lục Thông. Xong xuôi, người đầu tiên Ngài nhớ là Đức Phật, chỗ đầu tiên Ngài về là Đức Phật. Khi Ngài vừa vô tới Phật biết chuyện gì xảy ra rồi "Như Lai đã nói mà, cái chỗ đó là hoàn cảnh tốt để con tu hành". Cái chuyện đó tôi kể cho bà con nghe, mỗi người hiểu theo một cách nhưng mà cái rốt ráo tôi muốn bà con hiểu cái Khổ Đế và Tập Đế ở đây. Đức Phật mỗi lần ngài kể xong một câu chuyện ngài đúc kết "Này các tỳ kheo, những người, những nhân vật, những sự kiện xảy ra trong

câu chuyện ta vừa kể đều là Khổ Đế hết. Và bất cứ một niềm đam mê nào trong chuỗi dài câu chuyện ấy đều là Tập Đế hết".

Cái Khổ và Tập nó nuôi dưỡng lẫn nhau. Khi người ta gặp cái hạnh phúc, người ta chìm đắm trong đó, người ta lại gieo một cái mầm tái sanh sang một kiếp khác. Khi mà ta đau khổ ta đi tìm một cái giải pháp cho ta bớt đau khổ và cái ý niệm đi tìm giải pháp đó lại là con đường dẫn đến sanh tử nữa. Cho nên trong cái vui thì chìm đắm, trong cái khổ thì tìm giải pháp. Cho nên trong kinh mới nói rằng "Trên đời này không có hạnh phúc mà chỉ có giải pháp và đau khổ thôi". Hồi đó giờ mình nghe kinh mình không hiểu, bây giờ mình mới hiểu, trên đời này không có hạnh phúc chỉ có đau khổ và giải pháp. Các vị ngồi lâu các vị tê chân, giờ cho các vị duỗi ra các vị thấy nó đã dữ lắm. Tôi cũng nói thiệt luôn, sau này khi Kalama làm xong, cái chỗ tôi ngồi tôi sẽ che lại để tôi tha hồ nhúc nhíc, tôi khổ lắm khi tôi ngồi mà người ta cứ nhìn tôi, nhìn thấy mình nhúc nhíc người ta nói mình định không có mạnh, mà không nhúc nhíc thì nó khổ quá! Mà chính vì mình sợ người ta nhìn nên mình ráng mình gồng, mà càng gồng nó càng đi sai cái tinh thần tuệ quán. Tinh thần tuệ quán là gì? Là không trốn chạy cái khổ và trông đợi cái sướng. Tinh thần tuệ quán là nó sao nhìn nó vậy. Cho nên có nhiều trường phái, có nhiều quan điểm khác nhau về cái chuyện ngồi thiền.

Có trường phái cho rằng ngồi thiền càng đau thì càng phải ngồi gồng, chịu đựng. Họ giải thích, thứ nhất nếu thấy đau mà mình đổi thì nguyên một buổi mình đổi đến tám chục lần lận, như vậy mình trở thành nô lệ cho cơn đau, nó kêu đổi đi là mình bèn đổi. Thứ hai, cái đau này mà mình chịu không nổi thì mai này mình bị trọng bệnh, mình cận tử thì làm sao? Họ có lý, quá sức có lý. Thứ ba, anh phải đối diện với cơn đau anh mới hiểu thật sự cái khổ của sanh tử, cái khổ của thân xác này, chứ còn mình khổ sương sương thì chỉ giải thoát sương sương thôi, mà anh phải hiểu tận cùng cái khổ này thì anh mới ngán cái chuyện luân hồi. Vậy có ba lý do: thứ nhất, không làm nô lệ cho cảm giác. Thứ hai, tập sự để mà mai này đối diện với cái khác lớn hơn. Thứ ba, phải như vậy mới thấy tới nơi tới chốn cái khổ luân hồi. Đó là cái trường phái thứ nhất cho rằng thiền là phải gồng. Đau chết bỏ cũng phải gồng. Sẵn đây tôi nói luôn, có người ngồi thiền buổi đầu họ cảm thấy mấy mấy bắp thịt giống như cái khăn bị vắt vậy, có người nói như có ai đóng đinh vô đầu gối, còn mấy bà có sanh con giống như sanh đứa nữa. Tôi chưa có sanh đứa nào tôi không biết nhưng tôi nghe tôi hiểu. Vì tôi thấy mấy lần bị bón là tôi khổ rồi. Cho nên bên Đài Loan cái ngày Vu Lan họ đâu có kêu là Vu Lan, là cái ngày Mẫu thân nạn, là ngày mẹ chịu nạn, mẹ vượt cạn, mẹ sanh ra mình. Chưa hết, Tây nó có một câu rất là hay "Sinh nhật không phải là ngày vui của ta mà là ngày đau của mẹ". Nó nói tại sao phải mừng sinh nhật, phải mừng cái ngày mình ra, nó có khỉ gì đâu mà vui, mà ngày đó bà má mình bả khổ thấu trời, bả thấy mười hai ông trời giăng ngang các vị biết không?

Trường phái thứ hai, cái ghê là trường phái nào cũng có lý mới ghê chứ. Sẵn tôi mượn cái lớp học này tôi tiết lộ cho bà con một cái chuyện tôi cho rằng quan trọng đó là tuyệt đối never never thờ Tổ, chỉ có thờ Phật là cái chỗ đó. Là vì sao? là vì khi mình cắm đầu mình theo một sư phụ nào đó, Việt Nam mình có câu là đạp phân, các vị biết không? Tức là mỗi sư phụ có cái lý của ổng, mình mê ổng mà mình phủ nhận ông khác là bậy, vì trời cao đất rộng có biết bao nhiêu hoa cỏ, ong bướm mà mình chỉ chết với một loài hoa cỏ, ong bướm thì nó hoang phí đúng không? Mỗi trường phái nó có nhiều thiền sư, bên Miến Điện giờ có nhiều thiền sư chủ trương là phải gồng, có nhiều thiền sư nói không, không có gồng, thấy đau là đổi. Họ giải thích: Một, tại sao mình nên đổi? vì không đổi nó đau quá khỏi tu luôn, nghe nói thiền là nó dắt dò chạy bỏ dép rồi. Cho nên chưa thấy nó đắc cái gì, nghe nói thiền là nó sợ rồi mà trong khi Phật pháp không phải là cái pháp môn làm người ta sợ, Phật pháp là anh tu anh phải an lạc chứ, anh tu anh thoải mái chứ, cái chuyện mai này anh thành Thánh anh an lạc kiểu thánh nhân thì tôi không biết nhưng bây giờ anh tu anh phải an lạc trước cái đã. Cho nên chuyện đầu tiên Phật pháp phải là suối nguồn an lạc cho người tu. Các vị đặt câu hỏi "Tu thoải mái và tu đau đớn, cái tu nào hay?". Thoải mái hay hơn chứ! Đó là cái lý thứ nhất. Cái lý thứ hai nói về A Tỳ Đàm, đau khổ có phải là cảm thọ không? thoải mái có phải là cảm thọ không? thì tại sao mình tiếp tục nhìn cảm giác đau đớn mà không chịu nhìn cảm giác thoải mái vì mình nhìn cảm giác thoải mái nó cũng là nhìn? Có đúng không? cái quan trọng nhất là khi anh đau anh biết rằng anh đang đau, khi anh biết rằng anh muốn đổi tư thế anh biết rằng anh muốn đổi tư thế, anh phải chánh niệm và khi anh đổi anh biết rõ là anh đang đổi, khi anh đổi rồi anh thoải mái anh vẫn tiếp tục chánh

niệm. Như vậy có phải anh đang tu không? Như vậy so với cái anh gồng, cái anh này có tu không? Tu chứ. Anh thì nhìn đề mục hoa hồng, anh thì nhìn đề mục hoa héo. Cái nào cũng nhìn hết. Trường phái hai này họ nói thế này, tại sao không nhìn hoa tươi mà nhìn hoa héo, hoa tươi cũng tu được vậy. Họ có lý không? Họ có lý. Cho nên trường phái thứ hai họ nói tu là phải thoải mái, chưa gì hết làm người ta sợ. Tôi có nghe Phật tử nói "Sư ơi con ngồi không nổi, cái chân con lớn tuổi rồi con ngồi được có mười phút thôi à". Lúc đó tôi không có thời gian tôi chỉ nói nhanh "về nghe kĩ lại đi. Thiền nó không phải chỉ có ngồi". Bởi vì đối với ổng thiền là phải ngồi mà ổng ngồi được có mười phút thôi. Qúy vị nghe ghê không? Tức là ổng chưa có tu hành gì hết, chuyện đầu tiên là ổng sợ trước cái đã. Như vậy cái đó là cái cũng hơi có vấn đề. Vấn đề thứ hai là mình quan sát cái khó chịu cũng là tu mà quan sát cái dễ chịu cũng là tu. Ngày mình còn học sơ sơ mình mặc cảm "sao lúc này tôi thất niệm, lúc này tôi tham nhiều, lúc này tôi sân nhiều!", nhưng mà tu lên một mức độ nào đó mình không còn mặc cảm nữa mà cái gì đến mình đều nhìn hết. Mình nhìn cái chánh niệm của mình, mình nhìn từ tâm của mình cũng là tu. Mà mình biết mình đang khó chịu, đang sợ ma, đang bực bội cũng là tu. Lên chánh điện mà có chánh niệm là tu đã đành. Vô nhà cầu ngồi rặn bằng chánh niệm cũng là tu. Cho nên trường phái hai họ nói tại sao phải nhìn hoa héo mà sao không nhìn hoa tươi, đau thì cứ đổi vì nhìn cái nào cũng là nhìn. Lý do thứ ba, khi mà mình bị đau đớn tức là thân và tâm mình có vấn đề, tại sao mình phải tu với tâm sân? Tham, sân đều là phiền não. Nếu mà chịu cái đau không nổi đó là sân mà thích với cái thoải mái đó là tham. Cái nào cũng phiền não hết, tại sao đặc biệt sợ tham mà không sợ cái sân? Họ nói vậy có lý chứ. Họ nói cả hai đều là phiền não hết, cái vấn đề là cái niệm của anh có đủ mạnh hay không?.
Như vậy các vị phải nhớ có hai trường phái. Hôm nay tôi phải nói hết để sau này bà con đi hành thiền bà con không bị phân vân, không biết mình nên thế nào. Có hai trường phái, tùy bà con lựa thôi. Trường phái một, gồng, có ba lý do: thứ nhất, nếu ta không cố sức chịu đựng thì ta sẽ là nô lệ cho cảm giác. Thứ hai, cái khổ nhỏ không chịu nổi thì đừng hòng chịu nổi cái khổ lớn mai này. Thứ ba, phải chịu đựng cái đau đớn rốt ráo mới hiểu được cái rốt ráo của sanh tử, mới thấy sợ sanh tử, không cần phải đọa, chỉ cần bị cái đau bây giờ là không muốn luân hồi nữa rồi, bởi vì mình biết nếu mình tiếp tục bị luân hồi thì cái đau này nó sẽ tái hiện vô số lần nữa. Họ có lý chứ. Nhưng cái trường phái hai tôi cho rằng không có tệ. Họ nói rằng chưa gì hết mà thấy sợ. Đúng, hồi nãy tôi chứng minh chuyện đó có thiệt. Cái ông đó ổng nói thẳng với tôi là "con hỗ trợ làm trường thiền thì con hỗ trợ nhưng mà con nói trước con không thiền bởi vì con ngồi không quá mười phút", mà ổng còn nói tôi nghe thêm chi tiết nữa "coi phim Đại Hàn ba tiếng không mỏi dò", ngồi chờ cái thằng đó phục hồi trí nhớ, phim Hàn hay có mất trí nhớ lắm, vì thương cái thằng đó mất trí nhớ, mà mình mất trí nhớ ngồi chờ nó ba tiếng không có thấy mỏi. Trong khi đó cái đầu chỉ cần nói thiền, mười phút, là bỏ. Bây giờ các vị mới tin cái tâm mình nó quan trọng.
[11/06/2020 - 09:22 - hongha7711]
Có một ông hành giả tới hỏi một vị thiền sư "Con muốn tu quá. Con nghe giảng về thiền con mê quá đi. Con không có nghi ngờ gì về thiền, con biết chắc luôn, hành thiền coi như là được an lạc trước mắt, hành thiền là con đường duy nhất để giải thoát. Con biết hết, con tin hết luôn. Nhưng mà con nói thiệt với Ngài con thiếu phước, con không có đủ tinh tấn". Ngài hỏi ổng "Chứ đủ là sao?". Ổng nói "Con ngồi chừng mười phút là con chịu không nổi". Vị thiền sư mới hỏi "Có bao giờ có công việc nào mà ông hứng thú ông gian nắng ba giờ đồng hồ không?" - "Dạ có, con đi cắm trại, đá banh với bạn bè" - "Lúc đó có mệt không?" - "Dạ mệt!" - "Lúc đó có muốn bỏ cuộc không? - "Dạ không, vui quá Ngài ơi, vui quá!" - "Như vậy ông đâu phải thiếu tinh tấn. Mà vì trong lòng ông nghĩ đến chuyện tầm bậy nhiều nên ông tinh tấn trong cái chuyện tầm bậy. Còn cái thiền ông không tha thiết lắm nên cái năng lượng ông dành cho cái bậy nó hơi nhiều, còn dành cho cái thiền nó hơi ít. Cho nên từ đó ông tưởng rằng ông không có". Việt Nam mình có một câu "Nhịn thuốc mua trâu, nhịn trầu mua đất", tức là khi mình dồn tiền cho cái này thì mình không còn tiền cho cái kia nữa. Có nhiều người Phật tử họ nói với tôi là "Trí nhớ con kém lắm. Người ta nhớ đủ thứ con ngưỡng mộ, nhiều khi con ganh tị nữa, mà con nhớ rất là dở". Anh chị không có dở đâu, tôi không có đắc thiền, không có đắc thần thông nhưng tôi biết anh chị không có kém tôi đâu. Cái tủ của anh, tủ của chị, tủ của tôi, ba cái tủ bằng nhau, tại vì tôi biết lựa món để vô trong đó. Cho nên nhiều người tưởng lầm

là tôi giàu. Còn cái tủ của anh chị đựng toàn đồ giẻ không vì anh chị không biết lựa. Chứ sức chứa của ba cái tủ đó bằng nhau. Tôi chỉ một người đang đi ngoài sân chùa, tôi hỏi họ "Anh có biết cô đó không?" - "Dạ biết Sư, bạn của má con mà" - "Biết mấy năm rồi?" - "Dạ biết mười mấy năm rồi...". Ảnh nói một mạch chi tiết về gia đình, con cái của cô đó. Tôi nói "Vậy anh đâu phải thiếu trí nhớ!. Nãy giờ mấy cái tào lao đó mà anh đổi qua kinh là anh làm pháp sư rồi". Người ta cứ nói mấy ông pháp sư, giảng sư là giỏi, tôi không có tin, cái vấn đề là anh dồn cái thích của anh cho cái gì. Bên Thụy Sĩ tôi biết có một cô có cái tủ giày và tủ bóp đầm. Một đôi giày một, hai ngàn đô, bóp đầm là bốn, năm ngàn. Cái tủ đó nếu mà cộng lại là đủ mua cái nhà mà họ lại mê cái đó. Có một người khác ở đây, cổ nói "Con thích thụ tạc lắm, thích qua lại lắm", từ năm 1975 tới giờ tiền mà vợ chồng con đi đám ma đám cưới cộng lại đủ một cái nhà. Cứ hễ mời là bả đi, mà bả đi hơi nặng tay vì bả coi nặng cái đó lắm, đời sống hai vợ chồng rất là khiêm tốn mà người ta rất thích mời bởi cổ vui vẻ và cổ đi rất là mạnh tay. Vậy mình coi nặng cái gì mình sẽ đầu tư cho cái đó. Chỉ vậy thôi, mình khó nói ai nghèo, khó nói ai giàu lắm. Việt Nam thiếu gì người làm nail mà chạy Marcedes, và làm bác sĩ vẫn chạy chiếc Corolla 15 tuổi như thường. Họ nặng cái gì họ sẽ đầu tư cho cái đó.
[12/06/2020 - 05:59 - hongha7711]
Hạnh phúc và đau khổ trong đời nếu mình hiểu tới nơi, tới chốn như trong kinh Phật thì mình mới biết bây giờ mình nên đầu tư cho cái gì. Hạnh phúc có hai, có được cái mình thích và không còn cái gì để thích. Cái thứ hai là cái mà Đức Phật ngài muốn nhắm tới. Và tôi đã nói rất là nhiều lần, tôi rất thích ba cái câu nguyện.
Câu thứ nhất, con lạy Phật cái lạy đầu tiên vì Phật không cho con cái con thích nhưng mà Ngài dạy con không thích cái gì.
Cái lạy thứ hai, là vì Phật không thể dắt con đến mọi nơi con muốn nhưng Phật dạy cho con thấy đi đâu cũng vậy thôi.
Cái lạy thứ ba, con lạy Thế Tôn vì Thế Tôn không thể làm cho con thoát chết, già là phải chết nhưng mà Thế Tôn dạy cho con không sợ chết.
Đó là ba câu nguyện mỗi lần lạy Phật nên nhớ. Và cái câu này quan trọng cho những người sắp bước vào quan tài: "cái chết không đáng sợ bằng sự sợ chết". Tôi có thể chứng minh, cái chết chỉ cần vài phút là xong nhưng sự sợ chết nó kéo dài đến mấy chục năm lận. Cái chết không đáng sợ mà cái đáng sợ là bản thân cái nỗi sợ chết. Ông (Christan Markti) ổng nói câu đó. Còn ông Roosevelt của Mỹ nói "Trên đời này cái đáng sợ nhất là bản thân sự sợ hãi". Con gián, con chuột, thằn lằn, rắn, nhện... ai cũng nói nó đáng sợ hết nhưng mà đáng sợ nhất là lòng sợ hãi. Những nhà tâm lý học làm một cái điều tra rằng số người sợ chết ít hơn số người sợ nhện. Tức là nó anh hùng, nó khí thế vậy đó, dám chạy mô tô một bánh ngoài xa lộ, nhưng mà thấy con nhện là nhảy dựng liền. Tôi biết một anh Phật tử bên Mỹ, ảnh cao to, khỏe mạnh, thể thao, leo núi rất giỏi, biết ba thứ tiếng, có bằng doctor. Chàng sợ mèo đen, sợ mà coi như không còn sĩ diện nữa. Tức là đang đàng hoàng, trang nghiêm mà thấy mèo đen một cái là chàng nhảy lên tới nóc luôn, không còn sĩ diện, không còn tôn nghiêm, bất kể mọi thứ. Các vị có biết ông (...) của Mỹ không? Mặc dù các vị có quyền không tin ổng, nhưng tôi thấy rất là hợp lý. Ổng có khả năng soi căn, soi kiếp rất là hay và những cái ổng nói rất giống Phật giáo. Có bà đó, trong thời gian gần đây bả bị chứng giật mình bả la hoảng hốt giữa đêm mà không biết chuyện gì. Đi bác sĩ thần kinh, chuyên gia tâm lý chữa không được nên mới đến ổng. Ổng nhắm mắt ngồi thiền ổng biết rằng bà này là nạn nhân của một trận động đất, bả chết trong đêm tối, bả đang ngủ thì cái phòng của bả bị vùi trong đất. Và nỗi sợ cận tử đó trở thành một cái ấn tượng tâm lý. Trong những kiếp sống sau, trong một điều kiện sinh lý thích hợp thì nỗi sợ đó nó sống dậy, nên có những người họ có những nỗi sợ rất là đặc biệt. Có những người họ sợ độ cao mà trong tâm lý học, trong bệnh lý học người ta gọi đó là Phobia, một cái sợ rất lạ. Có người họ sợ độ cao, có người họ sợ khoảng cách chật hẹp, sợ một cái màu đặc biệt, sợ một cái mùi đặc biệt. Chẳng hạn như tôi, tôi không biết là do tôi nhạy, hay do thể lý, tâm lý mà thỉnh thoảng tôi nghe mùi tanh của máu rất là nặng ở một nơi chốn nào đó, nó nặng đến mức tôi buồn nôn, mùi rất là nặng. Tôi học kinh Phật mà, tôi nghĩ có lẽ có một vị nào đang ở đó, chung quanh đây không ai nghe hết trơn có mình tôi nghe, tưởng cái đó là cái hay, nhưng mà cái đó đâu có hay, nghe cái đó còn bậy nữa. Có một lần, gia đình đó ở Miami, ông chồng do ghen tuông ổng tự sát trước

nhà. Gia đình không có ai quen nên mới kêu tôi xuống. Cái xác ổng được đem đi rồi, chỗ ổng chết rửa sạch rồi mà mùi còn nặng lắm. Nói cái này thấy kì, mình để 5, 10kg thịt heo trước mặt mùi nó không nặng như cái này. Tôi hỏi gia đình thì họ nói cái bệt máu chừng một, hai bàn tay, đã rửa đã tẩy bằng xà bông nhưng tôi nghe nó nặng lắm. Cái đó do ấn tượng quá khứ của tôi đó, chắc kiếp trước tôi ăn tiết canh nhiều hay sao.

Chiều nay tôi nói sâu về cái khổ. Khi mình ngồi hành thiền mình cứ nhớ hết những điều tôi nói chiều nay. Ngồi hành thiền mà có cái ý trông đợi cái sự dễ chịu, khi ta trông đợi cái gì thì nó sẽ rất là khó đến vì đó là cái luật mà, đời là vô ngã mà. Khi ta có lòng trông đợi thì nó sẽ rất là khó đến và khi nó đến rồi nó sẽ rất là mau đi. Khi ta có lòng trốn chạy, tống khứ một cái gì thì nó sẽ ở hoài không chịu đi. Có ngồi thiền sẽ thấm thía cái này. Tinh hoa của thiền Tứ Niệm Xứ là không có nghênh đón và cũng không có tống khứ, cứ lặng lẽ quan sát. Và hãy nhớ một chuyện rất là quan trọng, đó là ngày chưa biết Đạo ta trốn khổ tìm vui, biết Đạo ba mớ rồi ta làm lành lánh dữ, đến bước ba là thiện ác buồn vui chỉ để ta nhìn. Và cái này mới quan trọng, nhìn cái thiện tương đương với nhìn cái bất thiện. Có đúng vậy không? Vì cả hai đều được nhìn bằng chánh niệm, đều nhìn bằng trí tuệ. Nhìn cái thiện đang có nó giống y chang như nhìn cái bất thiện đang có, nhìn cái cảm giác dễ chịu nó cũng có giá trị, cũng tác dụng, cũng ý nghĩa y chang như nhìn cái khó chịu vậy. Miễn là anh nhìn nó bằng chánh niệm và trí tuệ. Và một người mà đầy ắp thiện tâm khi quan sát thiện tâm của mình, họ có thể chứng thánh. Một người có quá nhiều bất thiện, khi họ quan sát cái bất thiện của mình họ cũng hoàn toàn có thể chứng thánh. Trong kinh nói có những vị họ quan sát cái cảm giác thoải mái của mình, họ chứng thánh. Ví dụ có một vị tỳ kheo, sau cơn mưa, từ cái hang động bước ra nhìn thấy núi rừng mát mẻ, mùi thơm của hoa cỏ, hít một hơi thật đầy phổi, vị này cảm thấy thoải mái quá, vị này mới nghĩ rằng "Trời đất như thế này mà tâm ta lại không có phiền não. Đó là một sự tương đồng rất là đẹp". Chỉ nghĩ như vậy thôi, phát triển trí tuệ Tứ Niệm Xứ ngay tại chỗ đó. Vị đó thấy rằng những cái mình thấy đẹp là khổ mà mình thích trong cái đẹp đó là Tập Đế, thấy vậy mà chứng A-la-hán. Nhưng có vị khác đắc quả trong cơn đau. Đau quá, Đức Phật đến thăm Đức Phật hỏi "Có chịu nổi không?" - "Bạch Thế Tôn, con chịu không nổi. Trước đây con sợ chết mà giờ con muốn chết cho sớm để cho nó đừng có đau nữa!". Đau đến mức như vậy, đau lắm. Đức Phật ngài dạy rằng "Hãy tâm niệm dù thân có đau, tâm cũng đừng đau". Thân đau là mình hiểu rồi, còn tâm đau là sao? Là khi mình nghĩ rằng thân này là của mình như vậy thì cơn đau đó nó sẽ nhân đôi. Mình chỉ nghĩ rằng cơn đau đang có mặt chứ đừng nghĩ tôi đang bị đau. Khi mình nghĩ cơn đau đang có mặt thì khả năng chịu đựng của mình tốt hơn vì nếu không làm được như vậy thì thân đau mà tâm cũng đau. Khi mình còn chấp cái thân này là của mình thì thân đau và tâm cũng đau. Còn khi mình biết rõ rằng thân tâm này đều do duyên tạo mà có và cũng do duyên mà mất đi, đau cỡ nào rồi cũng vô thường, sợ hãi và tiếc nuối cỡ nào thì sợ hãi và tiếc nuối đó cũng vô thường. Người đang đau nhớ như vậy đó. Lúc bấy giờ được gọi là thân đau mà tâm không đau. Cái đó rất là quan trọng. Cái quan trọng của Đạo Phật là đến một lúc nào đó quan sát cơn đau cũng là tu, quan sát sự dễ chịu cũng là tu, quan sát một tâm lành cũng là tu, quan sát một tâm bất thiện cũng là tu. Lúc bấy giờ mình không đi lựa chọn, kiếm tìm nữa. Trong kinh nói, có những người tùy thuộc vào cách tu, Ba-la-mật kiếp trước mà bây giờ họ đắc Đạo bằng kiểu nào. Có người họ đắc Đạo bằng cách họ nhìn vào cái thoải mái họ đắc. Có người họ đắc Đạo bằng cách nhìn vào cái đau đớn mà họ đắc, nhìn vào cái dơ mà đắc. Cho nên trong kinh có nói, có bốn trường hợp tu chứng. Tu khó mà đắc dễ, tu khó mà đắc khó, tu dễ đắc khó, tu dễ đắc dễ. Có nhiều người họ không có hiểu, họ chỉ nghe chữ "dễ khó", họ hiểu "dễ" theo một khía cạnh thôi. Nhưng trong kinh định nghĩa chứ "dễ" mình mới thấy khiếp. Tu dễ là sao? Một là tu bằng tâm trạng thoải mái gọi là tu dễ. Tu mà không phải vật lộn với hoàn cảnh khó khăn: đói, bệnh, nóng nực, côn trùng, thị phi... còn cái nữa là tu bằng đề mục dễ nhìn, dễ ngửi, dễ kiếm thì gọi là tu dễ. Vì có những vị họ đắc quả bằng những vật hôi thúi họ mới đắc được, quán tử thi đó, rồi đề mục bất tịnh nữa. Tử thi, bất tịnh là những đề mục khó nhìn, khó kiếm nữa, bây giờ quý vị kiếm cho tôi một cái xác, ở đâu mà có, chỉ có ở nhà hoàng thôi chứ ở đâu có cái xác cho mình nhìn. Đề mục nào khó ngửi, khó nhìn, gây cho mình sự khó chịu và đặc biệt gây cho mình sự khó kiếm mà mình lại đắc bằng cái đề mục đó, được gọi là tu khó. Còn tu dễ là sao? Tu dễ là tu bằng đề mục dễ nhìn, dễ ngửi, dễ kiếm và nó làm cho mình có cảm giác dễ

chịu. Thí dụ như bằng đề mục hơi thở, hơi thở dễ kiếm mà nó không làm cho mình khó chịu, do cái phước. Rồi có nhiều vị, tu dễ là tu tập trong cái điều kiện như ý như chỗ ở mát lạnh nè. Tôi làm Kalama tôi có cái ý là hỗ trợ cho mọi người tu dễ. Tôi mong đời sau tôi gặp Phật là tôi đắc quả trên ngai vàng mà, gái đẹp một rừng tôi đắc, chứ không đắc cô đơn trong rừng muỗi cắn, tôi không chịu. Gươm lạc giữa rừng hoa mới chịu đắc, thơm phức mới đắc, đắc xong là phủi tay đi vào chùa luôn. Chứ tôi không có khoái cái chuyện đi bát rồi bị chúng chửi, bửa đói bửa no, rồi đứa nó ghét nó cho nguyên trái dừa khô vô bát rồi bửa đó về không biết ăn kiểu nào. Có đứa nó phá nó cho nguyên tái dưa hấu vô bát, liệng thì không dám liệng, mà ôm thì nặng, về đến nhà ăn làm sao. Gia tài bữa trưa có một cái bình bát đấy thôi mà nó quất một trái dưa hấu rồi làm sao chịu nổi. Có cái này mới đau lòng, có ông sư Nam Tông đi bát nó cho nửa con gà luộc. Thay vì người ta ôm bát đi về đi, không, đi nữa. Nửa con gà luộc, gà quý phi! Mà đang đi gặp cái bà Bắc Tông bả nhào ra "Trời ai ác quá cho ông thầy chùa đồ mặn!". Bả lấy con gà đó ra bả cho tàu hủ vô. Ổng về ổng tức bệnh một tháng luôn. Mà trong khi cái huệ mình để ở đâu? Nửa con là mình đã xong cái ngày đó rồi đúng không? Là mình quay về đi. Không, đi nữa. Tu thiếu huệ nó khổ như vậy đó. Mà nửa con đó nó ngon lành, vàng ươm, béo ngậy như vậy mà nghĩ làm sao mà ôm bát đi nữa. Mà bà Bắc Tông ở đâu nhào ra, chắc ở Việt Nam. Chuyện này xảy ra bên Việt Nam. Bả đổi liền bả nói ai ác quá, bả đổi mà mặt bả tươi rói luôn. Bởi tu mà thiếu huệ là tu khó. Gặp tôi la tôi đi về rồi, tôi đi về chùa rồi. Tôi giỡn nhưng bà con hiểu không, hiểu chữ tu dễ không? Co người họ tu trong một điều kiện rất là OK. Có những cái chùa mà tôi tới nước xài không có. Gần Kalama khi tôi về xây ở đó, mình sắp xây mình đâu có chỗ ở phải về ở ké chùa người ta. Trụ trì chùa đó tốt lắm, thương lắm nhưng có điều chùa đó không có điện cho nên ổng chạy bằng máy điện. Một ngày như vậy ổng chỉ mở từ sáu giờ chiều cho đến chín giờ đêm tắt. Coi như nguyên cái đám người đi qua xây dựng ở đó, bao nhiêu cái phone phải tập trung charge trong thời gian đó, nấu nước sôi... trong thời gian đó. Tức là mình thấy cái cảnh nó ngộ lắm, cả ngày ai cũng thanh thản đi, vừa ghe cái máy điện nó nổ thì cả đám bu lại, người ghim sạc điện, người thì nấu nước... Tôi thấy cái cảnh đó đúng là tu khó thiệt. Co người tranh thủ lúc đó đi nấu nước tắm, nó lạnh lắm, Kalama là vùng đất lạnh mà. Có người tranh thủ nấu nước, sạc pin, sạc pin dự phòng... làm tùm lum, lăng xăng, nó vui lắm mà vui đâu không thấy, thấy nó mệt quá. Cái đó là tu khó.

Tùy thuộc vào cái kiểu tu tập, Ba-la-mật của mình mà mai này ta đắc Đạo kiểu nào. Có người đắc Đạo mà gương mặt máu lệ. Có người đắc Đạo bằng gương mặt hí hửng, đang vui vậy đắc liền, họ thấy được cái vô ngã, vô thường trong niềm vui, họ đắc. Có người thấy được cái vô ngã, vô thường trong niềm đau họ đắc. Qúy vị chọn cái nào? Bởi cái trường phái hai họ có lý chứ không phải không. Trường phái một nói mình phải gồng là vì một là mình không thể làm nô lệ cho cảm xúc, hai là khổ nhỏ không chịu nổi thì làm sao mà chịu được khổ lớn, ba là phải bị đau tới óc thì mới hiểu tận cùng rốt ráo cái nổi khổ sanh tử. Trường phái hai họ nói là tu là phải an lạc thì người ta mới có thể tu nhiều người và tu lâu được chứ tu mà khổ quá người ta sợ, hai là quan sát khổ hay quan sát lạc cái nào cũng là quan sát, ba là nếu mình sợ chiều theo cảm xúc là sẽ bị tâm tham sao không nghĩ là mình chống lại nó là bị tâm sân, tâm nào cũng phiền não hết. Cả hai đều có lý và nếu bà con hỏi tôi "Sư chọn trường phái nào?". Thì tôi nói là khi đau quá tôi chọn trường phái hai. Tôi trung dung, tôi không chủ trương thay đổi như con lật đật. Vừa đau chớm chớm là đổi, tôi không chủ trương cái đó, nhưng kêu gồng suốt mùa cũng không. Mà nó vừa sức của mình thôi, để chi? Để nghe đánh kẻng vào ngồi với đại chúng mình thấy vui mình lên, chứ còn mỗi lần lên mình thấy ngán quá! Ở Kalama tôi chủ trương không bắt buộc thời khóa, ngồi phải đúng ba tiếng. Ai cảm thấy mình không có khả năng ngồi lâu thì làm ơn ngồi gần cửa, rút lui trong im lặng, chứ còn nhiều người thân ngồi không giỏi mà khoái ngồi phía trước gần thiền sư, mỗi lần đi cả làng nó biết. Ai mà thứ dữ, ngồi mọc rễ, tôi cho ngồi gần thiền sư. Còn em nào mà dỏm tôi cho ngồi gần cửa. Và theo quan điểm trong kinh là ngồi lâu không quan trọng bằng khả năng chánh niệm bền bỉ. Bây giờ bà con hiểu tại sao tôi không theo trường phái nào là vậy bởi vì anh ngồi anh gồng mà anh gồng bằng chánh niệm thì tôi nể anh, chứ anh gồng vì anh sợ người khác nói, tôi không có nể mà tôi nói anh ngu nữa là khác. Còn nếu anh thoải mái quá thì cũng không được vì Đức Phật ngài dạy rất rõ "Cả lợi dưỡng và khổ hạnh ta đều không tán thán". Người mà quá chọn cái khổ để mà đi Ngài cũng không khen, mà

người chìm sâu trong cái sướng Ngài cũng không khen. Ngài chỉ tán thán người sống có trí tuệ, cái gì cũng phải hợp lí thì Ngài mới tán thán.

XIN LƯU Ý:
ĐÂY CHỈ LÀ BẢN CHÉP NHÁP
CHƯA ĐƯỢC SƯ GIÁC NGUYÊN HIỆU ĐÍNH.
QUÝ PHẬT TỬ TẠM THỜI CÓ THỂ DÙNG LÀM
TÀI LIỆU NGHIÊN CỨU CHO RIÊNG MÌNH.
XIN TRÁNH IN ẤN PHỔ BIẾN.

www.toaikhanh.com

TOAIKHANH.COM